

# MIT YAK UND PACK DURCH DEN PAMIR



[www.visittajikistan.tj](http://www.visittajikistan.tj)  
[www.visitpamirs.com](http://www.visitpamirs.com)



Empfohlen von:

**Globetrotter.de**  
Ausstattung

***Unterwegs in Tadschikistan***







## **6 PAMIR HIGHWAY**

Ein Traum für Überlandfahrer | Radfahren auf dem Dach der Welt

## **10 WANDERN IM PAMIR**

Dem Himmel so nah - Hochgebirgstrekking im tadschikischen Pamir

## **12 WAKHAN-KORRIDOR**

Teetrinken im Pamir - eine wahre Wakhan-Geschichte

## **14 BARTANGTAL**

Im Anblick der Naturgewalten

## **16 WILDTIERE IM PAMIR**

Verborgene Schätze - Wildschutzgebiete im Pamir

## **18 DUSCHANBE UND FAN-GEBIRGE**

Die Kantine unter der Seilbahn | Sagenhaft schön: das Fan-Gebirge



## Tadschikistan. Für Entdecker gemacht.

**Liebe Reisende,  
für alle Gipfelstürmer, Seidenstraßenroman-  
tiker und Entdeckerseelen bietet ein neues  
Reiseziel genau das Richtige – Tadschikistan,  
das „Dach der Welt“.**

Das kleinste der Länder Zentralasiens ist vermutlich das unbekannteste, hat aber eine Reihe von Superlativen zu bieten: den höchsten Berg, den längsten Gletscher, die aufregendste Hochgebirgsstraße und die herzlichste Gastfreundschaft der Region. Hoch oben in den Bergen gelegen, erwartet Sie Tadschikistan mit einzigartigen Naturlandschaften, einer faszinierenden und vielen unbekannten Geschichte und der unübertroffenen Freundlichkeit seiner Menschen.

Abenteuer- und Kulturreisende kommen im Pamir und im Fan-Gebirge gleichermaßen auf ihre Kosten. Von Bergtouren bis hinauf auf 7500 Meter, über Radfahren, Reiten, Rafting bis hin zu ausgedehnten Jeepausflügen reicht das Angebot. Jahrtausende alte archäologische Stätten und zoroastrische, buddhistische sowie islamische Heiligtümer und nicht zuletzt die Spuren der russischen und sowjetischen Vergangenheit laden zum Entdecken ein. Und: Sie müssen nicht geübter Bergsteiger oder jung und sportlich sein, um Tadschikistan zu bereisen – auch für „ältere Semester“ lassen sich die Schönheiten und Sehenswürdigkeiten des Landes erschließen.

Erkunden Sie Tadschikistan und fühlen Sie sich wie ein Forschungsreisender auf großer Expedition. Folgen Sie den Spuren Alexanders des Großen, entdecken Sie die kleinen Bauerndörfer, in denen sich vieles seit Jahrhunderten nicht verändert hat, und genießen Sie die pulsierenden Märkte in Khojand und in Istarafshan, wo die Schmiede am Marktplatz noch immer ihr traditionelles Handwerk ausüben. Überall werden Ihnen dabei auch die bunten Trachten und die Liebe der Menschen zu Musik und Tanz begegnen, die Tadschikistan auszeichnen.

Nach vielen eigenen Reisen in Tadschikistan freue ich mich besonders, dass Ihnen mit diesem Magazin Reise Geschichten aus Tadschikistan ebenso wie buchbare Angebote etablierter Veranstalter vorgestellt werden. Lassen Sie sich inspirieren und folgen Sie der Einladung in ein spannendes, wunderschönes und liebenswertes Land!

Khush Omaded ba Tojikiston!  
Herzlich Willkommen in Tadschikistan!

Ihre

**Doris Hertrampf**

Botschafterin der Bundesrepublik Deutschland  
bei der Republik Tadschikistan von 2008 – 2013

### WEITERES.

- 4 ÜBERSICHTSKARTE  
TADSCHIKISTAN**
- 5 WILLKOMMEN  
IN TADSCHIKISTAN**
- 20 SERVICE UND  
REISEINFORMATIONEN**





## WER ODER WAS IST TADDSCHIKISTAN?

**Ob Marco Polo tatsächlich im Fernen Osten war, ist nicht eindeutig geklärt. Laut Reisebericht durchquerte er auf seinem Weg nach China ein weites, bergiges Land mit dem geheimnisvollen Namen „Dach der Welt“. Was hat es mit diesem Ort auf sich, der heute wieder Entdecker lockt? Ein Besuch in Tadschikistan.**

Das persische Wort für Montag, „Duschanbe“, ist jedem geläufig, der nach Tadschikistan kommt. Es ist der Name der Hauptstadt, angelehnt an einen montäglichen Wochenmarkt. Mittlerweile hat der geschäftige Basar jeden Tag geöffnet und Duschanbe ist mit seinem internationalen Flughafen der Ausgangspunkt für Reisen in das Land. Vielfältig wie das Angebot am Basar ist auch die zentralasiatische Stadt. Zwischen Sowjetbauten mit haushohen Mosaiken stehen alte Stalinbauten im Zuckerbäckerstil. Neben monumentalen Neubauten ducken sich die alten Häuser der Mahallas.

Von Duschanbe aus verläuft eine alte Handelsroute nach Osten, in den Pamir. Das „Dach der Welt“ lockt über 700 Jahre nach der Veröffentlichung von Marco Polos Reisebericht neue Abenteurer an. Eine kurvenreiche Überlandfahrt Richtung Norden entfernt liegt das nicht weniger malerische Fan-Gebirge, das schon der persisch-tadschikische Dichter Rudaki, der hier übrigens begraben ist, so wortgewandt beschreibt. Und fährt man nach Süden zwischen Baumwollfeldern hindurch, gelangt man schließlich zum Amudarja, dem „Oxus“ der antiken Zeit.

Welche Richtung auch immer man einschlägt: Das größte Geschenk, das das Land seinen Besuchern macht, ist die Gastfreundschaft. Die Herzlichkeit beim gemeinsamen Teetrinken, Musizieren und Lachen auf dem Dach der Welt – das ist Tadschikistan. | *jf*

# PAMIR HIGHWAY





## EIN TRAUM FÜR ÜBERLANDFAHRER

**Als eine der hochgelegenen Straßenverbindungen der Welt (nur der Karakorum Highway ist höher) verbindet der legendäre Pamir Highway Duschanbe in Tadschikistan mit Osch in Kirgisistan. Fertiggestellt wurde die Straße 1940, doch schon acht Jahre früher wurde der wohl berühmteste Abschnitt zwischen Khorog und Osch eingeweiht.**

Einmal diese Strecke zu befahren ist der Traum vieler Radler, Motorradfahrer und Backpacker, die jeden Sommer in den Pamir reisen. Doch eine Spazierfahrt ist das nicht. Schon die Anreise ist lang und mühsam, der Highway nur streckenweise geteert, der höchste Pass 4655 Meter hoch, die Versorgung mit Lebensmitteln dürftig. Dafür ist die Belohnung um so größer: Der *pamirskii trakt* führt durch eine der spektakulärsten und einsamsten Hochgebirgsgegenden der Welt, der Autoverkehr hält sich in den Sommermonaten sehr in Grenzen, man kann fast überall zelten oder

bei einheimischen Familien in gemütlichen Homestays übernachten. Hin und wieder erquicken heiße Quellen den Reisenden.

Aber auch jenseits der Straße hat der Pamir einiges zu bieten: das Hochland mit seinen azurblauen Seen und eiskalten Gletschern lädt zu Trekkingtouren ein, spektakuläre Sechstausender fordern Bergsteiger heraus, sogar paddeln lässt sich auf den unzähligen Flüssen. Nicht zuletzt erwartet den Reisenden eine einzigartige Kulturlandschaft. Seit Urzeiten ist das Dach der Welt besiedelt und die „Pamiris“, wie sie sich nennen, leben auch heute noch traditionell von Ackerbau und Viehzucht, wohnen in Lehmhäusern mit dem typischen Dachfenster, pflegen ihre ismailitische Religion und zoroastrischen Überlieferungen. Seit Jahrhunderten an Fremde gewöhnt, die hier auf der berühmten Seidenstraße reisten, begegnen sie den modernen Abenteurern weltoffen und jederzeit bereit, mit ihnen eine Tasse Tee und eine gute Geschichte zu teilen. | as



## RADFAHREN AUF DEM DACH DER WELT!

Das „Dach der Welt“ mit dem Fahrrad! Nur 1200 Kilometer sind es von Duschanbe nach Osh auf dem Pamir Highway, aber dazwischen liegen gleich mehrere 4000er Pässe, viel Schweiß, Anstrengung, einfaches Essen, sprunghaftes Wetter und schlechte Piste: Warum sollte man sich das antun?

Strampelt man den Saghirdascht-Pass von Duschanbe herauf, dann weiß man warum. Es öffnet sich ein atemberaubendes Panorama eisbedeckter Pamir-Gipfel, das einen alle Strapazen vergessen lässt. Überwältigend ist auch die Gastfreundschaft der Pamiris, die einen nicht nur in Homestays gern zu grünem Tee und einer Mahlzeit einladen. Je tiefer man in den Pamir vordringt, umso widersprüchlicher, aber auch verlockender wird die Landschaft, kleine grüne Oasen an reißenden Gebirgsbächen in tiefen Schluchten, trockene Hochebenen, über die der Wind pfeift, tiefschwarze Seen ohne jeden Fisch, in denen aber wilde Ungetüme ihr Unwesen treiben sollen. Manchmal trifft man stundenlang auf kein lebendiges Wesen, während wenig später eine Herde zotteliger Yaks neugierig zu den Pedalrittern herüberschaut. Nachts steht man unter einem funkelnden Firmament, die Sterne sind zum Greifen nahe und es ist unendlich still! Radfahren im Pamir – das letzte Abenteuer auf zwei Rädern. | tk | [www.tomtomtravel.com](http://www.tomtomtravel.com)



### GLOBAL TOP 100

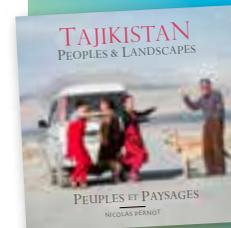
2014 wurden zum ersten Mal weltweit die „Top 100“ der nachhaltigen Tourismus-Destinationen von Green Destinations gekürt. Wir sind sehr stolz darauf, dass die Regionen Wakhan, Bartang und High Pamirs als „Pamir“ den Sprung in diese Weltbestenliste geschafft haben. Wir hoffen, dass sich durch diese Anerkennung mehr Reisende ermutigt fühlen, unsere gastfreundliche Region zu besuchen.

[www.greendestinations.info/Top100/](http://www.greendestinations.info/Top100/)



Anzeige

### BUCHTIPP



**Tajikistan (Fotobuch)  
Peoples & Landscapes**  
Nicolas Pernot  
ISBN 978-2-9546414-1-6  
[www.facebook.com/  
NicolasPernotPhotographie](http://www.facebook.com/NicolasPernotPhotographie)



## Go Active in Tadschikistan!

... und andere bewegende  
Reisen für Wanderer

### Entdeckerreise in den Legendären Pamir

Marina Novikova  
zeigt Ihnen ihre Heimat

Infos unter Telefon: 089 / 23 50 06 - 0  
oder unter [www.hauser-exkursionen.de](http://www.hauser-exkursionen.de),  
Hauser Exkursionen international,  
Spiegelstraße 9, 81241 München

[hauser-exkursionen.de](http://hauser-exkursionen.de)



Im Pamir  
Foto: Hauser-Reiseleiterin Marina Novikova

# WANDERN IM PAMIR

## DEM HIMMEL SO NAH - HOCHGEBIRGSTREKKING IM TADSCHIKISCHEN PAMIR

**Einen solchen Himmel wie im Pamir gibt es nirgends. Das Expeditionsbergsteigen hat mich oft nach Asien geführt, aber der Zentralpamir ist für Trekkingtouren die landschaftliche Perle. Und der Pamir-Trakt eine der berühmtesten Rumpelpisten der Welt.**

Im letzten Jahr führte mich eine Erkundungsfahrt erneut in die Provinz Berg-Badachschan. Die Aufgabe: neue Trekkingtouren für einen deutschen Reiseveranstalter zu erkunden. Nicht eine Minute habe ich daran gezweifelt, dass es sich lohnen könnte. Aber wie erlebnisreich und schön es letztlich wurde, ahnte ich anfangs noch nicht. Schon die zweite Tagesetappe wartete mit einem Höhepunkt auf: ein Bad in einer heißen Quelle inmitten von Stein und Geröll. Unsere von Packpferden begleitete Tour führt weiter zu den bezaubernden Zarosh-Kul-Seen, dann vorbei am Uch-Kul, Chapdara-Kul und schließlich bis zum größten See, dem Yashil-Kul, den wir nach der Passüberschreitung im schimmernden Abendlicht erblicken.

Von hier fahren wir mit Landcruisern weiter über den Khargush-Pass Richtung Süden, in den Wakhan-Korridor, zum Ausgangspunkt unserer zweiten Tour. Diesmal lassen wir Petroglyphen und mittelalterliche Festungsreste, ein privat geführtes Museum sowie die berühmten Mazare (Schreine der hier wohnenden Ismailiten) und sogar eine buddhistische Stupa links liegen. In einer bewirtschafteten heißen Quelle, gewissermaßen



einer Art Bäderbetrieb mit dem verblassten Charme eines sowjetischen Sanatoriums, laden wir unsere Kraftreserven auf. Die brauchen wir auch, denn am nächsten Tag wandern wir über einen Owring, einen mehr oder minder an den Steilhang gezimmerten Pfad, nach Norden, um eine Überschreitungsmöglichkeit der Shokhdara-Kette von Darshai ins Badomdara-Tal zu suchen – kein einfacher Weg über waghalsige Brückenkonstruktionen und entlang reißender Flüsse. Zum Glück können wir uns hin und wieder in den Sommerlagern der Hirten mit salzigem Milchtee stärken – ein für Mitteleuropäer doch sehr gewöhnungsbedürftiges Getränk. Nach einer anstrengenden, weglosen Passüberschreitung in Geröll und Schnee erreichen wir endlich das Badomdara-Tal. Nach Tagen im Zelt und bei einfacher Kost genießen wir hier ein unglaublich gastfreundliches Homestay mit tollem Essen. Das ist Tadschikistan. Das ist der Pamir, das Dach der Welt. | *gk*



## DIE FÄHRTE DER SCHNEELEOPARDEN 20 TAGE TREKKINGREISE



Einmal im ungezähmten Pamir zu wandern ist der Traum eines jeden Bergbegeisterten mit Sinn für Routen, die abseits ausgetretener Pfade liegen. Trekking in seiner Reinform erwartet Sie bei unserer neuen Tour in Tadschikistan. Erleben Sie türkisblaue Hochgebirgsseen und versteckte heiße Quellen umgeben von schneebedeckten Fünf- und Sechstausendern im Herzen des Pamir.



### Termine / Preise:

<b>01.07.15 – 20.07.15</b>	3090 €
<b>22.07.15 – 10.08.15</b>	3290 €
<b>12.08.15 – 31.08.15</b>	3390 €

Teilnehmerzahl: 6 – 12

Info: [www.diamir.de](http://www.diamir.de)

## PAMIR-EXPEDITION ZUM PIK KARL MARX (6 726 m) 26 TAGE EXPEDITIONSREISE

Bei dieser außergewöhnlichen Expeditionsreise sind echte Abenteurer gefragt! Meist stabiles Wetter, der absolute Pioniercharakter der gesamten Tour und natürlich der großartige Blick über den Wakhan-Korridor bis hinüber zum Hindukusch machen diese Expeditionsreise zu einem perfekten Gipfelziel für Bergsteiger – mit dennoch machbaren alpinistischen Herausforderungen und hohen Gipfelchancen!



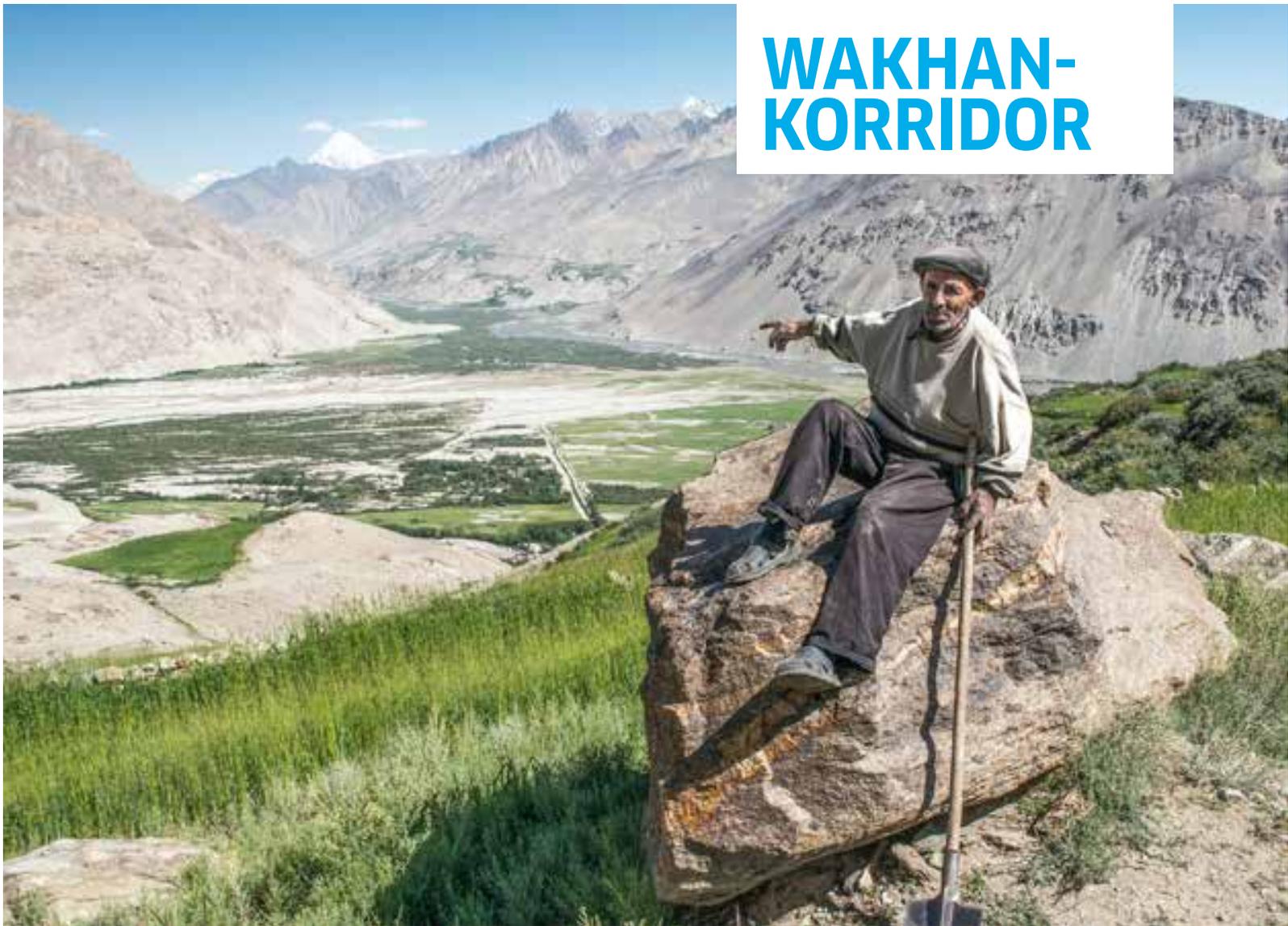
### Termine / Preise:

<b>28.06.15 – 23.07.15</b>	3990 €
<b>26.06.16 – 21.07.16</b>	4190 €

Teilnehmerzahl: 8 – 12

Info: [www.diamir.de](http://www.diamir.de)

# WAKHAN-KORRIDOR



## TEETRINKEN IM PAMIR - EINE WAHRE WAKHAN-GESCHICHTE

**Unser Gefährt rumpelt durch den Wakhan-Korridor. Das breite Tal gibt den Blick frei auf die lange Kette der vergletscherten Fünf- und Sechstausender des Hindukusch am jenseitigen Ufer des Pjandsch. Dort liegen auch die afghanischen Dörfer, eingebettet in künstlich angelegte Pappelhaine und mühsam den Bergen abgerungenen Feldterrassen.**

Ehrfürchtig und still sehen wir aus dem Fenster. Die tadschikischen Dörfer auf unserer Seite haben Namen wie Schitcharw, Zumudg, Witschkut und Wrang. Es ist, als ob Tolkien hier Anleihen gemacht hätte für „Herr der Ringe“. Die Bewohner sind freundlich. Sobald sie unseren grünen Bus erblicken, laufen sie zum Straßenrand, um uns zuzuwinken. Kleinkinder, Männer, Alte, auch einige Frauen – alle winken. Winkt man zurück, strahlen sie. Die ersten Lehmhäuser, *tschid* genannt, tauchen auf. Wir erkennen sie an den gläsernen Aufbauten auf den Dächern, die wie Minigewächshäuser aussehen. „Ob wir so ein Pamirhaus mal besichtigen dürfen? Vielleicht können wir hier irgendwo bei einer Familie um Teewasser für unser Picknick bitten?“, fragt jemand aus der Gruppe. Aus Gründen der Pietät möchte ich abwiegeln, da hat unser Guide schon „Halt!“ gerufen. Der Fahrer stoppt vor einem Tschid direkt an der Straße.

Drei Minuten später sitzen wir alle im zentralen Raum des Hauses und lassen uns vom Hausherrn die Bedeutung der obligatorischen fünf Holzsäulen und der verschachtelten Dachluke erklären. Natürlich bekommen wir, völlig ungefragt, mehr als Teewasser. Ein Obolus für Tee und Gebäck wird fast widerstrebend angenommen – aber die Menschen im Pamir sind arm, und sie sollen ihre Gastfreundschaft nicht bereuen müssen. Nie werde ich die Stunde im Haus dieser gütigen Leute vergessen. Sie heißen Schafron und Nawruz, Safran und Frühling. Wie schön. | ds



Anzeige

**Wir sind keine Werber.  
Wir sagen einfach, was wir tun.  
Faire Ferien in Tadschikistan.**

**Damit mehr bleibt.  
[www.faire-ferien.ch](http://www.faire-ferien.ch)**



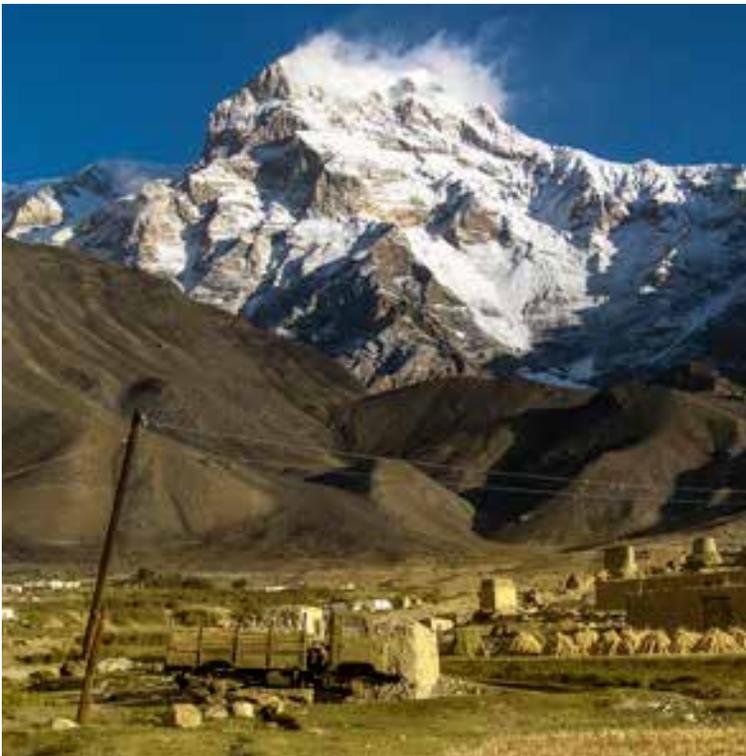
# BARTANGTAL

## IM ANBLICK DER NATURGEWALTEN

„Wer nicht in Bartang war, hat den Pamir nicht gesehen“, schrieb in den 1950er-Jahren der sowjetische Forschungsreisende Pawel Luknizki über das Tal im Herzen des Hochlandes. Auch heute werden hier noch landwirtschaftliche Techniken, Rituale und Bräuche praktiziert, die in anderen Tälern seit Generationen ausgestorben sind.

Landschaftlich ist das Tal des Bartangflusses sicherlich eine der spektakulärsten Ecken des Pamirs: *bar* (weit) und *tang* (eng) wechseln sich hier ab in Form tief eingeschnittener Schluchten und großzügiger Hochebenen, die den Blick freigeben auf markante Fünf- und Sechstausender, wie etwa den Pik Revolution (6940 m). Hinter den Bergen des Bartang liegt auch der tiefblaue Sarez-See, der 1911 bei einem Erdbeben entstand, als Geröllmassen den heute massivsten natürlichen Schüttdamm der Welt erschufen. In den abgelegenen Siedlungen, jede mit ganz eigenem Charakter, gibt es Heiligtümer, Höhlen, Burgen und Petroglyphen zu besichtigen – nicht in denselben Dimensionen wie im Wakhan, dafür noch eine Spur geheimnisvoller und dem Auge der Touristen bisher weitgehend vorenthalten.

Die Gastfreundschaft, aus Sicht der Pamiri die wichtigste Tugend, kommt im Bartang besonders von Herzen, was sogar in tadschikischen Popsongs besungen wird. Gäste bewirbt man nicht aus primär monetärem Interesse, sondern weil man dadurch *barakat*, den Segen Gottes, erhält. Grund genug, die abenteuerliche Fahrt durch das Tal zu wagen oder auch „nur“ die Wandermöglichkeiten und Homestays am unteren Bartang zu nutzen, und damit den liebenswerten Bartangi eine wertvolle zusätzliche Einkommensquelle zu sichern. | sk





## TADSCHIKISTAN EXPEDITION ALAI! ALAI!

Mit der Reise Alai! Alai! begibt sich **nomad - Reisen zu den Menschen** auf die Spuren einer epochemachenden Expedition von 1928.

Willi Rickmer Rickmers, Spross einer Bremer Kaufmannsfamilie, führte die erste wissenschaftliche Expedition der Neuzeit in den Pamir an. Die 23-tägige Geländewagenreise folgt den Spuren jener deutsch-russischen Expedition, zu deren Ergebnissen die Bestimmung der genauen Länge des Fedchenko-Gletschers, der seither als der längste Berggletscher der Welt gilt, und die Erstbesteigung des Pik Lenin zählen. An allen Stationen erfahren die Reisenden von den auch heute noch gölti-

gen Forschungsergebnissen der Wissenschaftler. Sei es bei einem dreitägigen Trekking zum Ufer des Sarez-Sees, einem Aufstieg der nur wenigen Reisenden jährlich gestattet wird. Oder nach ausgiebigen Wanderungen im Flusstal des Bartang, wenn die Reiseteilnehmer in den Häusern jener Badakhshanis einkehren, die dem damals mitreisenden Sprachenforscher Wolfgang Lentz Einblicke in den lokalen Shughni-Dialekt gewährten, und wo der Forscher die reiche Musiktradition auf Tonwalzen aufzeichnen konnte. Am salzhaltigen See Karakul, dem Ort, an dem die Expedition damals ihr wichtigstes Basislager zur Erkundung des Fedchenko-Gletschers errichtete, laden Nomaden zu Tee mit Ziegenmilch und frischem Joghurt in ihre teppichwarmen Jurten ein und gemeinsam mit den Hirten können uralte Felsgravuren erkundet werden.

**nomad**   
Reisen zu den Menschen

Veranstalter:  
**nomad -  
Reisen zu den Menschen**

Termine / Preise:  
**18.07.15 - 09.08.15** sowie  
**29.08.15 - 20.09.15**  
ab 3 995 €

Info:  
[www.nomad-reisen.de/pamir](http://www.nomad-reisen.de/pamir)

# WILDTIERE IM PAMIR



## VERBORGENE SCHÄTZE - WILDSCHUTZGEBIETE IM PAMIR

**Wir sind in einem Seitental des Alichur-Pamirs unterwegs. Plötzlich gehen meine tadschikischen Begleiter hinter einem kleinen Hügel in Deckung. Leise schleichen wir uns zur Kuppe: auf einem sanft ansteigenden Grashang stehen nur wenige hundert Meter vor uns fünf gewaltige Marco-Polo-Widder mit langen, gewundenen Hörnern.**

Wir – das sind Tatjana, Direktorin des Programmes von „Panthera“ in Tadschikistan und Kirgisistan, ihr Mitarbeiter Dzhura sowie Makhan, Leiter des Vereins „Burgut“ aus Alichur, und ich selbst – sind unterwegs, um automatische Kameras zu installieren, die das Vorkommen verschiedener Wildtiere festhalten sollen. Zwei Monate später sind auf den Bildern nicht nur Dutzende Marco-Polo-Schafe und Asiatische Steinböcke mit ihren Lämmern und Zicklein zu sehen, sondern auch mehrere Braunbären. Außerdem können wir drei verschiedene Schneeleoparden anhand ihres individuellen Fleckenmusters identifizieren. Ein sichtbarer Beleg für den Effekt der Naturschutzarbeit der Wildhüter von „Burgut“!

Noch vor wenigen Jahren wären die Chancen, im Gebiet der Nördlichen Alichurkette diese Tiere zu beobachten, sehr gering gewesen. Wilderei hatte die Marco-Polo-Schafe und Steinböcke stark dezimiert, die Schneeleoparden fanden keine Beute mehr und einige wurden, nachdem sie sich an Haustieren vergriffen hatten, von den Hirten erschossen.

Makhan, der Leiter von „Burgut“, und auch seine Mitstreiter haben früher selbst illegal gejagt. Besorgt über das Verschwinden der Tiere gründeten sie vor einigen Jahren einen Verein und stellten das Wildern ein. Heute bekämpfen sie die Wilderei, helfen den Hirten, ihre Ställe schneeleopardensicher zu machen, und begleiten Touristen auf Fotosafari. Das von ihnen gegründete Wildschutzgebiet Alichur ist mit gegenwärtig fast 100 000 Hektar größer als die meisten deutschen Nationalparks und

## *Mit Yaks in eisige Höhen*

Interview mit **Matthias Poeschel**, der, vermittelt von CIM, als Experte für Tourismus und nachhaltige Entwicklung beim Mountain Societies Development Support Programme (MSDSP) im Pamir arbeitet.

### *Was war eines Ihrer schönsten Erlebnisse im Pamir?*

Mit drei Führern, einem Hütehund und drei kräftigen Yaks wanderten wir im tiefsten Winter durch das Wildschutzgebiet in der Nördlichen Alichurkette bis in Höhen von 4 000 Meter. Das war an sich schon ein tolles Erlebnis. Wo kann man heutzutage noch auf so einem archaischen Tier wie einem Yak reiten? Höhepunkt des Ausflugs war aber ohne Frage das Auftauchen von Marco-Polo-Schafen und Steinböcken. Da hat sich der Aufstieg in die eisigen Höhen gelohnt.

### *Wo wohnt man denn am besten auf solchen Touren?*

Sehr gut speisen und schlafen lässt sich in sogenannten Homestays, beispielsweise bei Jenali und seiner Familie in Alichur. Im Pamir gibt es inzwischen über 80 solcher familiengeführten Unterkünfte. Die Menschen leben hier in sehr einfachen Verhältnissen. Wir wollen mit unserer Arbeit dazu beitragen, dass ihre Einkünfte steigen und sich die Lebensqualität der Menschen vor Ort verbessert. Deshalb unterstützen wir eine nachhaltige Tourismusedwicklung.

bietet einzigartige Möglichkeiten, wilde Tiere im Pamir zu beobachten. Die Wildhüter selbst bieten Touren zu Fuß, per Jeep oder mit Yaks sowie Unterkunft in Homestays und Jurten an. Die Einnahmen sind ein kleiner Anreiz, das Gebiet weiterhin vor Wilderern zu schützen und dem Schneeleoparden wieder eine Heimat zu geben. | sm | [www.wildlife-tajikistan.org](http://www.wildlife-tajikistan.org)

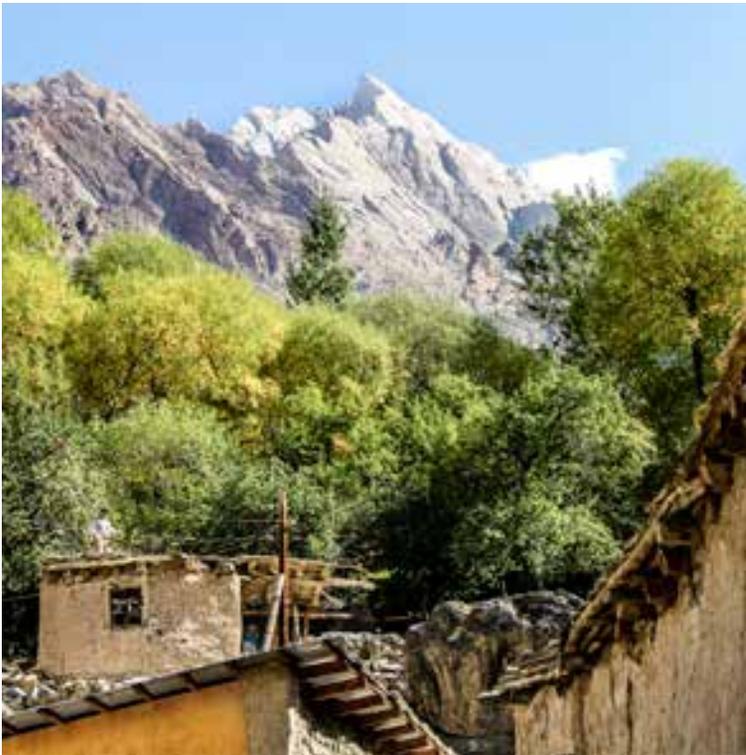
# DUSCHANBE UND FAN-GEBIRGE

## DIE KANTINE UNTER DER SEILBAHN

**18 Uhr, immer noch 40 Grad im Schatten. Mit letzter Kraft erreiche ich das, was ich als Talstation der Seilbahn ausgemacht habe, und will mich mit der Gondel zum gewiss etwas frischeren Bergpark über Duschanbe hochschaukeln lassen.**

Doch die Talstation ist geschlossen. Enttäuscht umrunde ich die turmähnliche Ruine und werde plötzlich angesprochen. „Was suchen Sie denn?“ Im Schatten unter einem Nussbaum sitzen an einem Tisch vier Frauen und zwei kleine Mädchen und essen. Ich zeige meinen alten Reiseführer und frage nach der Seilbahn. Gelächter. „Dichtgemacht. Mein Sohn war der Letzte, der damit gefahren ist – abgestürzt ist die Schrottmühle.“ Ich gucke erschrocken. Wieder Gelächter. „Keine Sorge, er lebt, hinkt nur ein bisschen. Komm, setz Dich hin, iss mit uns. Siehst ganz abgekämpft aus.“ Ich will abwinken, aber jemand hat mich schon auf einen Plastikstuhl gedrückt, und vor mir dampft *osch*, Essen, wie der Plow hier liebevoll genannt wird. Er schmeckt vorzüglich. Ich trinke *kompot*, kalten Fruchttee. Danach gibt es *schorpo*, eine Suppe, und Melone. Nach zwei Stunden weiß ich alles über die Frauen und sie über mich, und wir wollen gar nicht auseinandergehen. Kimatlotscho und ihre Tochter Adolat betreiben hier seit dem Ende des Bürgerkrieges die Kantine „Nawruz“. Jetzt haben sie Feierabend und essen mit den Freundinnen und Enkelinnen das auf, was die Tagesgäste nicht geschafft haben. Das machen sie jeden Abend, es ist wie ein kleines Fest. Urlaub kennen sie nicht.

Ich werde eine Woche später mit meiner Gruppe wieder hier essen, dieses Mal sind wir reguläre Kantinenbesucher. Elf Gäste aus aller Welt haben seitdem Freunde in Duschanbe. Und umgekehrt. | ds



## SAGENHAFT SCHÖN: DAS FAN-GEBIRGE

**Pfeifende Murmeltiere, seltene Schmetterlinge und frische Minze am Wegesrand: Das Fan-Gebirge könnte ursprünglicher kaum sein. Die mächtigen Berge erkundet man am besten gemeinsam und zu Fuß.**

Nie in meinem Leben habe ich die Milchstraße so pointiert gesehen wie in dieser einen Nacht in den Fan-Bergen. Unsere Zelte haben wir im Hochgebirgslager am Alaudin-See aufgebaut, das in den Sommermonaten von dem Letten Alexander betreut wird. Wenn er abends die Generatoren abstellt, ist es stockfinster und still. Dieser Ort in der Serafschan-Kette ist selbst für tadschikische Verhältnisse abgelegen. Beste Bedingungen für Sternengucker.

Am Morgen packen wir unsere Zelte ein und lassen uns von Alexander den Weg zum Kulikalon, dem See auf der anderen Seite des Gebirgskamms, zeigen. Er begleitet uns ein Stück und erzählt leise von einer Zeit, in der sein Camp noch sowjetischen Alpinisten als Trainingslager diente. Heute besuchen vergleichsweise wenig Profis das Fan-Gebirge. Dafür kommen Touristen wie wir, die ihre erste große Wanderung in Tadschikistan nicht auf den Sechstausendern des Pamirs starten wollen. Wir überqueren den Pass bei 4000 Metern, dem höchsten Punkt unserer viertägigen Exkursion. Hinter uns liegt die schneebedeckte Spitze Chapdara; vor uns die Ebene und der See. Wir genießen unseren Sieg über den Berg und die Aussicht. Beim Abstieg fühlen wir uns wie heimkehrende Helden.

Am Lagerfeuer hören wir Sagengeschichten wie die vom Iskanderkul, dem türkisen See, in dessen Tiefen das Lieblingspferd Alexanders des Großen versunken sein soll. Die Erzählungen und die mächtigen Berge ringsherum verfehlen ihre Wirkung nicht. Ich sehe eine Sternschnuppe und wünsche mir wiederzukommen. | jf



*Ihre  
schönste Reise  
liegt noch vor Ihnen.*

Ganz nah dran an Menschen und Kulturen:  
Freuen Sie sich auf überwältigende Momente  
und einzigartige Begegnungen weltweit  
auf Ihrer Erlebnisreise mit Gebeco.

**Blühende  
Oasen der  
Seidenstraße  
15-Tage ab  
€ 2.395**

**Gebeco**  
LÄNDER ERLEBEN

Weitere Informationen unter Telefon **0431/54460**,  
in Ihrem **Reisebüro** und unter **www.Gebeco.de**

## REISEN SIND BUCHBAR IN IHREM REISEBÜRO ODER BEI:

### DIAMIR Erlebnisreisen

Tel. +49 (0) 351 31 20 77  
www.diamir.de

### Faire Ferien

Tel. +41 (0) 32 485 17 93  
www.faire-ferien.ch

### Gebeco

Tel. +49 (0) 431 5446 - 737  
www.gebeco.de

### Hauser Exkursionen

Tel. +49 (0) 89 23 50 06 - 0  
www.hauser-exkursionen.de

### nomad Reisen zu den Menschen

Tel. +49 (0) 6591 94998 0  
www.nomad-reisen.de

## „MIT YAK UND PACK“ IST:

Partner von  
**Schmetterling**



## IMPRESSUM:

**Herausgeber:** Pamirs Eco Cultural Tourism Association (PECTA), Khorog, Tadschikistan mit Unterstützung durch das Mountain Societies Development Support Programme (MSDSP), einem Projekt der AGA KHAN FOUNDATION, in Kooperation mit der Tajik Association of Tourism Organisations (TATO) | **Projektmanagement:** Sebastian Falck/Giz, Matthias Poeschel/MSDSP | **Autoren:** Anett Schwarz | ds, Jenny Fuhrmann | jf, Dagmar Schreiber | ds, Stefan Michel | sm, Thomas Krech | ts, Gunther Knauthé | gk, Stefanie Kicherer | sk | **Lektorat:** Anett Schwarz | **Bildnachweise:** Wolfgang Rasch (S. 7 r., 15, 16 u.l.), Nicolas Pernot (U2, S. 1, 5 u., 8, 10 u.r., 11 o.r., 12, 13 o.r., u., 14 u.l., 18 u.l.), Alan Morton (Titel, S. 6), Sebastian Falck (S. 7 l., 9, 10 u.l., 11 o.l., 18 u.r.), Surat Toimastov (S. 2), Panthera/Eric Dragesco (S. 16 o.), Panthera S.16 u.m.), Panthera/Tatjana Rosen Michel (16 u.r.), Stefan Härtel (S. 18 o.), PECTA/Alisho Qurboniev (S. 10 o.), PECTA/Theo Kaye (S. 13 o.l.); Matthias Poeschel (S. 3), DIAMIR (S. 11 u.), Markus Scholz (S.14 o.) Stefanie Kicherer (S. 14 u.r.) | **Konzept und Gestaltung:** genese Werbeagentur, Magdeburg | **Druck und Weiterverarbeitung:** Druckerei Mahmert GmbH, Aschersleben | **Redaktionsschluss:** 14. Februar 2015, 1. Auflage. Änderungen vorbehalten.

Alle Inhalte, Angebotsdaten und -preise beruhen auf Angaben der Veranstalter und Partner | **Stand** Februar 2015

Der Herausgeber haftet nicht für die Richtigkeit der Angaben der Veranstalter und Partner. Kurzfristige Änderungen durch Veranstalter und Partner sind vorbehalten. Die Benutzung des Angebotsmaterials zum Zwecke der gewerbsmäßigen Adressveräußerung an Dritte oder des Nachdrucks – auch auszugsweise – ist nicht gestattet.

Ein herzliches Dankeschön allen Autoren, Fotografen und insbesondere Markus Hauser/Pamir Archiv für die Übersichtskarte Tadschikistan (S. 4).

## „MIT YAK UND PACK“ WIRD UNTERSTÜTZT VON



## Pamirs Eco Cultural Tourism Association (PECTA)

Tel. +992 93 442 55 55  
info@pecta.tj

www.visitpamirs.com

Folgen Sie uns auch auf Facebook.

## REISEINFORMATIONEN

### Anreise:

Somon Air fliegt ein Mal wöchentlich von Frankfurt nach Duschanbe. Somon Air und Turkish Airlines fliegen Duschanbe derzeit sechs Mal die Woche von Istanbul aus an. Istanbul ist von zahlreichen Abflughäfen aus ganz Deutschland, Österreich und der Schweiz gut zu erreichen. Eine alternative Anreisemöglichkeit in den Pamir besteht außerdem mit Turkish Airlines über Osch in Kirgisistan.

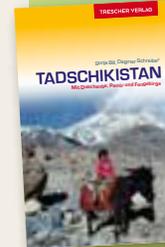
### Einreise und Visum:

Zur Einreise nach Tadschikistan ist ein Visum erforderlich. Ein Tourismusvisum gilt 45 Tage (nach dem 30. Tag muss man sich vor Ort registrieren) und es ist kein Einladungsschreiben dafür nötig. Reisenden aus Deutschland, Österreich und der Schweiz wird empfohlen, ein Visum bereits vor der Anreise zu beantragen; entweder in den tadschikischen Botschaften in Berlin oder Wien oder beim tadschikischen Konsulat in Genf. Für den Besuch des Pamirs ist eine sogenannte GBAO-Genehmigung erforderlich, die über ein Visumantrag mitbeantragt und vom Konsulat ohne Extrakosten ausgestellt wird. Ein Visum, jedoch nicht die GBAO-Genehmigung, kann auch bei Einreise am Flughafen in Duschanbe erworben werden.

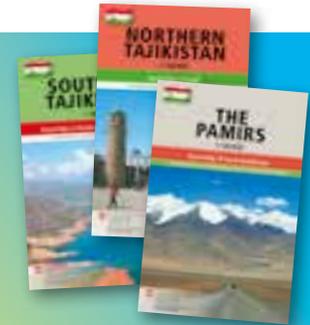
„Mit Yak und Pack“ auch als E-Paper unter: [www.e-broschuere.info/Mit-Yak-und-Pack-Pamir-Tadschikistan](http://www.e-broschuere.info/Mit-Yak-und-Pack-Pamir-Tadschikistan)

(Unterstützt von FERIENSTRASSEN.INFO)

## LITERATUR TIPP



**Reiseführer Tadschikistan**  
ISBN 978-3-89794-322-3  
[www.trescher-verlag.de](http://www.trescher-verlag.de)



### Karten:

**Nord-Tadschikistan**  
ISBN 978-3-906593-45-6

**Süd-Tadschikistan**  
ISBN 978-3-906593-46-3

**Pamir**  
ISBN 978-3-906593-35-7

[www.geckomaps.com](http://www.geckomaps.com)

## IHR ANSPRECHPARTNER VOR ORT

# FLY TO **DUSHANBE** AND **KHUJAND**



## From

Frankfurt/Main | Istanbul | Dubai | Almaty |  
Moscow | St. Petersburg | Ekaterinburg |  
Urumqi | Irkutsk | Kazan | Khanty-Mansiysk |  
Krasnodar | Krasnoyarsk | Nizhnevartovsk |  
Novosibirsk | Orenburg | Sochi | Tyumen

For more information contact our Call-Center +992 44 640 40 40

[www.somonair.com](http://www.somonair.com)



**SOMON AIR**

*We will take good care of you.*



Combining Luxury with  
*Tradition & Heritage*

Luxurious Guestrooms | State of the Art Spa & Health Club  
Diverse Range of Speciality Restaurants | Unrivalled Banquet Facilities



**DUSHANBE SERENA**  
HOTEL

14 Rudaki Avenue, 734013 Dushanbe | +992 (48) 701 4000 | Fax: +992 (48) 702 4000  
[reservations.dsh@serena.com.tj](mailto:reservations.dsh@serena.com.tj) | [facebook/SerenaHotelOfficial](https://www.facebook.com/SerenaHotelOfficial)

Träume ... ...leben.

